

Администрация г. Улан-Удэ
МУ «Комитет по образованию Администрации г. Улан-Удэ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 84 «СНЕГУРОЧКА» КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА Г.УЛАН-УДЭ
1 корпус: 670047, г. Улан-Удэ, ул. Орловская, 35-а, телефон 8(3012)23-18-58, 8(3012)23-15-81
2 корпус: 670011, г. Улан-Удэ, МКР 142, здание 5 телефон: 8(3012)37-84-45, 8(3012)37-84-05
ОГРН 1020300978972, ИНН 0323099702, КПП 032301001, БИК 048142001, ОКАТО 81401368000

электронный адрес: ds_84@govrb.ru

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
МБДОУ Детский сад № 84
протокол от 03.09.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ
Детский сад № 84
Н.И. Налетова



Программа дополнительного образования «Играем- мозг развиваем»

Составил:

воспитатель Цыремпилова М.В.

Улан-Удэ
2023 г.

Пояснительная записка

Нейроигры – это различные телесно-ориентированные упражнения, которые позволяют через тело воздействовать на мозговые структуры.

Нейроигры значительно улучшают интеллектуальные, коммуникативные, познавательные и поведенческие процессы у детей дошкольного возраста. Игры развивают у детей психические способности, помогают максимально активизировать заложенные в ребенке природные задатки, раскрыть их.

Преимущества использования нейроигр и упражнений :

1. Ребенок учится чувствовать свое тело и пространство вокруг.
2. Развивается зрительно-моторная координация (*глаз – рука, способность точно направлять движение*)
3. Формируется правильное взаимодействие рук и ног.
4. Развивается слуховое и зрительное внимание.
5. Ребенок учится последовательно выполнять действия, разбивая его на ряд задач, и другое.

Игровые технологии повышают интерес и мотивацию. Ведь игра — это естественное состояние и потребность любого ребенка.

Организация деятельности и режим: Кружок проводится с сентября по май, во второй половине дня, один раз в неделю, длительность занятия

Цель работы кружка: развитие межполушарного взаимодействия полушарий головного мозга детей младшего дошкольного возраста.

Задачи кружка:

- Формировать умения обдумывать и планировать свои действия, осуществлять решение в соответствии с заданными правилами, проверять результат своих действий;
- Развивать логическое мышление, память, внимание, зрительно-двигательную координацию, развивать мелкую моторику рук ребёнка;
- Развивать межполушарные связи с помощью нейродинамической гимнастики, построенной на основе кинезиологических упражнений;
- Формировать умения работы в коллективе

Срок реализации: 1 учебный год

Примерная структура занятия:

1. Дыхательное упражнение 2 - 3 минуты
2. Глазодвигательное упражнение 2 - 3 минуты
3. Пальчиковые нейроигры, нейропсихологические игры и упражнения, 10- 15 минут;
4. Релаксация - 2 минуты.

Перспективное планирование занятий кружка «Играем- мозг развиваем»

Сентябрь

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «Вдох-выдох»

2. Глазодвигательное упражнение «Лево - право»

3. Упражнения «Переключивание мячика»

Пальчиковая нейроигра «Кулак - ладонь»

Нейродинамическое упражнение «Классики» (Игры по типу классики — это тренировка нейродинамики и чёткости моторики.

Самые первые упражнения — перешагивание линий. В начале — приставной шаг вперёд нога к ноге, потом приставной хороводный шаг. С детьми, которые освоили простые шаги, можно усложнять комбинации с шагами и переходить к простым прыжкам, а потом усложнять прыжки).

5. Релаксация "Вибрация". (Какой сегодня чудный день! Прогоним мы тоску и лень. Руками потрясли. Вот мы здоровы и бодры)

Неделя 2

1. Дыхательное упражнение «Вдох-выдох»

2. Глазодвигательное упражнение «Лево - право»

3. Упражнения

«Переключивание мячиков партнеру напротив»

Пальчиковая нейроигра «Кулак - ладонь», «Кулак – ребро - ладонь»

Нейродинамическое упражнение «Классики по цвету»

4. Релаксация "Вибрация".

Неделя 3.

1. Дыхательное упражнение «Вдох-надуть живот, выдох - втянуть живот»

2. Глазодвигательное упражнение «Лево – право, вверх- вниз»

3. Упражнения «Перекрестное переключивание мячиков партнеру напротив»

Пальчиковая нейроигра «Пальчиками по кружкам», «Зонтик»

Нейродинамическое упражнение «Клювики». (Руки ребёнка превращаются в «клювики» — для этого нужно просто сложить вместе кончики пальцев. Суть упражнения — раскрыть ладошку одной руки, «поклевать» с неё «клювиком», сложенным из другой руки, затем поменять руки и повторить движение)

4. Релаксация "Вибрация".

Неделя 4.

1. Дыхательное упражнение «Вдох-надуть живот, выдох - втянуть живот»

2. Глазодвигательное упражнение «Лево – право, вверх- вниз»

3. Упражнения «Игра в паре одним мячиком «Квадрат»

Пальчиковая нейроигра «Зонтик»

(Кап-кап –кап закапал дождик, Стучим указательным пальцем по ладошке

Быстро мы раскрыли зонтик, Поднимаем руки над головой

Раз, два, три, четыре, пять Загибаем каждый пальчик

Дождику нас не догнать. Грозим пальчиком.

Нейроупражнение «Дорожка»

4. Релаксация "Вибрация".

Октябрь

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «Вдох - правая рука вверх, выдох - правая рука вниз»

2. Глазодвигательное упражнение «Язык двигается за глазами»

3. Упражнения

Упражнение «*Червячок в яблочке*» (Дети показывают два кулачка (яблочки, на правом кулачке выставляют большой палец вверх (это червячок, затем по хлопку меняют, теперь на левом кулачке большой палец выставляют вверх, а на правом убирают. Нельзя. Чтобы два червячка встретились. Можно сопровождать стихотвореньем:

Червяк дорогу сверху вниз

В огромном яблоке прогрыз.

Упражнение «*Змейка*» (Педагог на листе приклеивает любые изображения (*грибочки или листики или цветы и т. д.*) на расстоянии 4 см., ребенок обводит карандашом между ними змейку, так чтобы не задеть изображения).

4. Релаксация "Ленивая кошечка".

(Поднять руки вверх, затем вытянуть вперед, потянуться, как кошечка. Почувствовать, как тянется тело. Затем резко опустить руки вниз, произнося звук "а")

Неделя 2.

1. Дыхательное упражнение «*Вдох - правая рука вверх, выдох - правая рука вниз*»

2. Глазодвигательное упражнение «*Язык двигается за глазами*»

3. Упражнения «*Игра в паре двумя мячиками «Квадрат»*

«*Подбрасывание мячика одной рукой*»

Пальчиковая нейроигра «*Лезгинка*» (Левую руку сжимаем в кулак, большой палец оставляя в сторону. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасаемся к мизинцу левой руки 6-8 раз).

Упражнение Ухо - нос. (Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью наоборот»).

4. Релаксация "Ленивая кошечка".

Неделя 3.

1. Дыхательное упражнение «*Вдох-шаг, выдох- шаг*»

2. Глазодвигательное упражнение «*Полет звезды*»

3. Упражнения «*Подбрасывание мячика одной рукой, ловлю другой*»

Пальчиковая нейроигра «*Кольцо - коза*»

Нейродорожки (*выкладывание камешков одновременно двумя руками по дорожкам*).

4. Релаксация "Ленивая кошечка".

Неделя 4

1. Дыхательное упражнение «*Вдох-шаг, выдох- шаг*»

2. Глазодвигательное упражнение «*Полет звезды*»

3. Упражнения «*Подбрасывание мешочка одной рукой, ловлю другой*»

Пальчиковая нейроигра «*Кольцо - заяц - коза*»

Нейродинамическое упражнение «*Руки - ноги*» (Задача детей прыжком менять положение рук и ног, верно выбирая нужную руку или ногу и ставя их на нужный след)

5. Релаксация "Ленивая кошечка".

Ноябрь

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «*Мыльные пузыри*»

2. Глазодвигательное упражнение «*Потолок, нос пол*»

3. Упражнение «*Подбрасывание мячика одной рукой, ловля другой*»

Нейродинамическое упражнение «*Нейродорожка геометрические фигуры*»

4. Релаксация "Птички".

(Дети представляют, что они маленькие птички. Летают по душистому летнему лесу, вдыхают его ароматы и любят его красоту. Вот они присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. А вот подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку. Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. А теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке.)

Неделя 2.

1. Дыхательное упражнение «*Мыльные пузыри*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Потолок, нос пол*»
3. Упражнения

«*Мяч за спиной по кругу стоя*»

Пальчиковая нейроигра «*Дом – еж - замок*»

(Дом красивый, дом высокий

Ёж себе построил в соснах

На дверях замок большой

Чтобы не вошел чужой

В домик ёжик приволок

Для дверей большой замок

В доме ёжик на кладовку

Днем замок повесил ловко).

Нейроупражнение «*Сделай фигуру как человечек*» (сделать положение рук и ног, как изображено на карточке)

4. Релаксация "Птички".

Неделя 3

1. Дыхательное упражнение «*Трубочки и кораблики*»

2. Глазодвигательное упражнение «*Глазки*»

3. Упражнения

«*Мяч не в противоположной руке – себе – по диагонали другому*»

Рисование двумя руками «*Рисование палочек*» (движения рук от центра к краям)

4. Релаксация "Птички".

Неделя 4.

1. Дыхательное упражнение «*Трубочки и кораблики*»

2. Глазодвигательное упражнение «*Глазки*»

3. Упражнения

«*Мяч в противоположной руке – себе – другому*»

Упражнения с карандашами «*Игра на пианино*» (положить карандаш перед собой.

Нажимать поочередно каждым пальцем руки на карандаш).

4. Релаксация "Птички".

Декабрь

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «*Ныряльщик*»

2. Глазодвигательное упражнение «*Глазки за другом*»

3. Упражнение «Мячи 2 тебе, 2 мне»

Упражнение «Ладони парами» (взрослый предлагает детям проверить, правильно ли разложены пары ладошек на игровом поле. Задача «ревизоров» – исправить возможные ошибки и объяснить, почему нужно положить именно так).

Цепочки движений по карточкам

(Ребенок должен повторить последовательность движений рук или ног в соответствии карточкам)

4. Релаксация «Тропинка».

(По тропинке мы шагаем

И в ладошки ударяем: хлоп-хлоп-хлоп!

А теперь домой пойдем

И немножко отдохнем.

Ходьба в разных направлениях с хлопками сменяется покоем. Дети садятся на стульчики, спокойно сидят в течение 1-2 минут).

Неделя 2

1. Дыхательное упражнение «Нырлящик»

2. Глазодвигательное упражнение «Глазки за другом»

3. Упражнение «Мяч в противоположной руке – перекладывать другому»

Упражнение «Перекрёстное марширование» (Нужно шагать, высоко поднимая колени, попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем шагать, касаясь рукой одноимённого колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге).

4. Релаксация «Тропинка».

Неделя 3

1. Дыхательное упражнение «Снежинка»

2. Глазодвигательное упражнение «Глаз – путешественник»

«Глаз – путешественник»

3. Упражнение «Колечко» (Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя кольцо с большим пальцем, указательным, средним и т. д. Затем в обратном порядке – от мизинца к указательному пальцу.)

Игра «Волшебные обводилки»

(Обведи рисунок сначала только правой рукой, потом только левой. Затем обведи рисунок двумя руками одновременно.)

4. Релаксация «Тропинка»

Неделя 4

1. Дыхательное упражнение «Снежинка»

2. Глазодвигательное упражнение «Глаз – путешественник»

3. Упражнение - игра «Класс – заяц»

(ребенок левой рукой показывает «класс», правой –

«зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.)

Игра «Флэш»

(ребенку предлагаются карточки с различными изображениями, на которых нужно показать одинаковые предметы одновременно двумя руками, проговаривая вслух их название Примеры упражнений: «Найди цифры», «Геометрические фигуры», «Домашние животные», «Сказочные герои», «Подружки буквы» и т. д).

4. Релаксация «Тропинка»

Январь

Неделя 2

1. Дыхательное упражнение «Надуй шарик»
2. Глазодвигательное упражнение «Далеко-близко»
3. Упражнение «Лезгинка».

(Сжать левую руку в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Ладонью правой руки прикоснуться к мизинцу левой. Менять положение правой и левой рук, добиваясь высокой скорости смены положений (6-8 раз).)

Игра «Найди предметы»

(ребенку предлагаются различные предметы: животные, овощи или фрукты, цифры и т. д. Необходимо одновременно двумя руками находить одинаковые предметы слева и права. Предметы могут быть различными, в зависимости от целей занятия.)

4. Релаксация «Воздушные шарик» (Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию: «Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарик. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу»).

Неделя 3

1. Дыхательное упражнение «Надуй шарик»
2. Глазодвигательное упражнение «Далеко – близко»
3. Упражнение «Ухо-нос».

(Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.)

Игра «Узнай на ощупь»

(в два мешочка складывают одинаковые геометрические фигуры. Ребенку необходимо найти фигуры одновременно двумя руками в мешочках и показать педагогу. Можно использовать природные материалы: шишки, камешки, орехи и др.)

4. Релаксация «Воздушные шарик»

Неделя 4

1. Дыхательное упражнение «Свеча»
2. Глазодвигательное упражнение «Нарисуем глазками круг»
3. Упражнение «Хлопни, топни». (Нужно прохлопать и протопать столько раз, сколько звуков услышит ребёнок. Игра «Фишки»

(ребенку предлагается выложить из фишек дорожки. Сначала можно устроить соревнование, какая рука соберет дорожку быстрее, затем выкладывают дорожки одновременно двумя руками. Можно также по карточкам выкладывать различные изображения и фигуры или использовать образец выложенный педагогом.)

4. Релаксация «Воздушные шарик»

Февраль

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «Свеча»
2. Глазодвигательное упражнение «Нарисуем глазками круг»
3. Упражнение «Червячок в яблочке» (Дети показывают два кулачка (яблочки, на правом кулачке выставляют большой палец вверх (это червячок, затем по хлопку меняют, теперь на левом кулачке большой палец выставляют вверх, а на правом убирают. Нельзя. Чтобы два червячка встретились. Можно сопровождать стихотвореньем: Червяк дорогу сверху вниз В огромном яблоке прогрыз.)

Упражнение «Проведи линии»

(на карточках нарисованы симметричные линии, по которым ребенок должен провести двумя руками одновременно от концов линий к середине.

Примеры упражнений: «Умные дорожки», «Накорми животное», «Лабиринт», «Насекомые летят к цветочкам», «Рыбалка» и т. д.)

4. Релаксация «Сосульки» У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет.

Первая и вторая строчки: руки над головой. Третья и четвертая строчки: уронить расслабленные руки и присесть.

Неделя 2

1. Дыхательное упражнение «Погаси свечу»

2. Глазодвигательное упражнение «Самолет»

3. Упражнение «Кулачок — ладошка» (Дети показывают руками печку: правая рука согнута в локте перед собой, на уровне груди, ладонь расправлена. Левая рука согнута в локте и поднята вверх, перпендикулярно правой руке, ладонь сжимаем в кулак. По хлопку меняем руки. На верху всегда должен быть кулачок, а внизу – ладошка. На поляне большой Стоит печка с трубой.)

Упражнение «Зеркальное рисование»

(ребенку необходимо взять в обе руки фломастеры (*карандаши, ручки, мелки*) и одновременно на шаблоне раскрасить симметричные рисунки, дорисовать их, обвести по контуру. Можно предложить ребенку нарисовать симметричные рисунки на песке, крупе или муке)

4. Релаксация «Сосульки»

Неделя 3

1. Дыхательное упражнение «Погаси свечу»

2. Глазодвигательное упражнение «Самолет»

3. Упражнение «Кастрюлька – крышечка»

(Одна рука в кулаке вертикально («кастрюлька», другая -

«крышечка» - ложится на кастрюльку, поменяйте положение рук с

«точностью до наоборот». Действия четкие, ритмичные, доводим до

автоматизма.)

Игры с водой: Поймай парный предмет.

(Воспитатель предлагает детям пустить поплавать различные предметы (*шарики, пробки, шишки, рыбки*). Затем предлагает поймать предметы поочередно правой рукой, левой рукой, двумя).

4. Релаксация «Сосульки»

Неделя 4

1. Дыхательное упражнение «Пузыри в воде»

2. Глазодвигательное упражнение «Взгляд вверх – вниз»

3. Упражнение «Блинчики»

(Ладони лежат на столе. Одна ладонь лежит тыльной стороной вверх.

Начинаем «переворачивать блинчики»- одновременно меняем положение рук.

Усложнение- на счет 3- блинчик заворачиваем- превращаем в кулачок.)

Упражнения с кубиками

(Взрослый и дети сидят за столом, напротив друг друга. У каждого два кубика, по одному в руке. Взрослый совершает одновременные движения руками, поворачивая кубики в разных направлениях, ребенок подключается и делает в одном ритме со взрослым.

Способы действий с кубиками:

в направлении от себя, в направлении к себе, в левую сторону, в правую сторону.)

4. Релаксация «Сосульки»

Март

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «Пузыри в воде»

2. Глазодвигательное упражнение «Взгляд вверх – вниз»

3. Упражнение «Прыжки на месте» (Выполняются с одновременными

Движениями руками и ногами:

- Ноги вместе – руки врозь, ноги врозь – руки вместе.
- Ноги вместе – руки вместе, ноги врозь – руки врозь.
- Ноги врозь и ноги вместе.
- Ноги врозь и ноги перекрещены
- То же, но с аналогичным движением рук, вытянутых прямо перед собой.)

Упражнение Рисование двумя руками

(Способы рисования:

- рисование палочек, движения рук от центра к краям,

- рисование палочек, движения рук от краев к центру,

- рисование волнистых линий, движения рук от центра к краям,

- рисование волнистых линий, движения рук от краев к центру,

- рисование фигур (круги, квадраты, треугольники, движения рук от центра к краям,

- рисование фигур (круги, квадраты, треугольники, движения рук краев к центру.)

4. Релаксация «Солнечный зайчик» (Хотите поиграть с "Солнечным зайчиком" (Звучит музыка). Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щеках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот — погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним. Отлично! Мы подружились с "Солнечным зайчиком", глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу. Как здорово, что мы с вами встретились)

Неделя 2

1. Дыхательное упражнение «Погрей ладошки»

2. Глазодвигательное упражнение «Бег глазами»

3. Упражнение с карандашами (На стол выкладывается 5–10

карандашей. Собираем карандаши в кулак: а) правой рукой; б) левой рукой; в) обеими одновременно. Затем по одному выкладываем карандаши на стол: а) правой рукой; б) левой рукой; в) обеими руками одновременно.)

Игра «Повтори позу» (Детям нужно воспроизвести положение тела взрослого (например, стоим на правой ноге, правая рука лежит на шее, левая – на поясе). Выполнять проще, если и дети, и взрослый смотрят в одном направлении, например, лицом к зеркалу. Сложнее, если взрослый стоит лицом к ребёнку. Можно повторять позу нарисованных фигурок.)

4. Релаксация «Солнечный зайчик»

Неделя 3

1. Дыхательное упражнение «*Погрей ладошки*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Бег глазами*»
3. Упражнение «*Класс*» (Одну ладошку выставляем вперед, а второй рукой показываем знак "Класс". Меняем руки. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой положения рук.)
Упражнение «*Змейка*» (Педагог на листе приклеивает любые изображения (*жучки или бабочки или цветы и т. д.*) на расстоянии 4 см., ребенок обводит карандашом между ними змейку, так чтобы не задеть изображения)
4. Релаксация «*Солнечный зайчик*»

Неделя 4

1. Дыхательное упражнение «*Гуси летят*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Бабочка и цветок*»
3. Ритмическая игра «*Мы веселые обезьяны*» (Педагог показывает ребенку палочку и по ней нужно перебирать руками, сначала сверху вниз, затем снизу вверх, под счет раз-два)
Игра «*Ряды*» (Педагог перед ребенком выкладывает последовательный ряд красный-синий-красный и т. д, под этим рядом выкладывает еще ряд под красным –синий, под синим – красный, ребенок продолжает.)
- 4 Релаксация «*Солнечный зайчик*»

Апрель

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «*Гуси летят*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Бабочка и цветок*»
3. Упражнение «*Ритм*» (Перед ребенком выкладывается цепочка из трех геометрических повторяющихся фигур, например круги. На каждый их них нужно один раз хлопнуть. Потом добавляется новая фигура, квадрат, и новое движение, например, сложить руки в кулак. Нужно выполнить всю цепочку соответствующих движений. Далее можно добавлять фигуры, менять местами и составлять новые ритмические рисунки.)
Игра «*Сыщик*»
(На полу раскладываются парные картинки в две кучки. Задача ребенка сразу правой и левой рукой отыскать пару.)
4. Релаксация «*Дождик*» (Дети лежат на ковре, на животе с начала с открытыми глазами. Воспитатель: «Дождик – кап-кап по крыше. Вот уже его не слышно. Глазки закрываются, с солнышком встречаются. Вижу солнце вдальке и кораблик на реке. Дождик вдруг полил рекой, зонтик я открыл большой. Дождик убегает, глазки открываю»).

Неделя 2

1. Дыхательное упражнение «*Часики*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Филин*»
3. Русская народная игра «*Ладушки*» (Среди игр малой подвижности хорошо использовать русскую народную игру «*Ладушки*», в которую играют по парам. Вначале при обучении этой игре применяется упрощенный вариант: на раз – хлопок своими ладонями друг об друга, на два – хлопок о ладони друга.)
Игра «*Прищепки*». (Игра проводится с цветными прищепками, которые необходимо собирать двумя руками. Левая рука, например, собирает желтые прищепки, а правая, красные.)
4. Релаксация «*Дождик*»

Неделя 3

1. Дыхательное упражнение «*Часики*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Филин*»
3. Упражнение «*Шарики, мячики и кочки*» (Очень полезно играть с массажными шариками и кольцами су-джок, бросать и ловить мячи, заполненные водой или песком, прыгать по ортоковрикам, переступать по массажным кочкам.)
Игра «*Зеркало*» (Встаньте напротив ребёнка и выполняйте любые движения руками или ногами, или одновременно и руками и ногами, подключайте голову, язык и т. д. Сделайте ребёнка своим отражением. Его задача – повторять ваши движения, как в зеркале.)
4. Релаксация «*Дождик*»

Неделя 4

1. Дыхательное упражнение «*Ёжик*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Солнышко и тучки*»
3. Игра «*Узнай на ощупь*» (В два мешочка складывают одинаковые геометрические фигуры. Ребенку необходимо найти фигуры одновременно двумя руками в мешочках и показать педагогу. Можно использовать природные материалы: шишки, камешки, орехи и др.)
Упражнение Рисование двумя руками
(Для занятий с детьми предлагаем рабочие листы, где нужно одновременно двумя руками обвести по линиям узоры и рисунки. Рисовать можно карандашами, фломастерами или ручкой. Начинать следует с крупных узоров и линий)
4. Релаксация «*Дождик*»

Май

Неделя 1

1. Дыхательное упражнение «*Ёжик*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Солнышко и тучки*»
3. Упражнение «*Дорожка, предмет, жест*» (Описание игровых действий: Выполняем действия по дорожкам двумя руками одновременно, называем предмет, обводим его, выполняем упражнения из пальцев рук.)
Упражнение «*Рисуем палочками солнышко*».
(Дети берут две палочки в две руки и одновременно двумя руками рисуют на песке округлый предмет в разные стороны).
4. Релаксация «*Цветочек*» (Солнце стало пригревать. Как жарко! Как хочется пить! Почти завяли цветочки. Плечики опустили. Голову повесили. Листочки-руки как плети висят. Идут медленно, грустно цветочкам.
Но вдруг пошёл прохладный дождик. Цветочки обрадовались, сразу распрямились. Напились водички, устали цветы. Руки разомкнули и повалились на спину. Лежат, отдыхают.
Всё тело расслаблено, руки и ноги расслаблены. Так приятно)

Неделя 2

1. Дыхательное упражнение «*Подуй на бабочку*»
2. Глазодвигательное упражнение «*Пчелка (рисуем восьмерку глазами - следим за пчелкой)*»
3. Упражнение «*Ручки-ножки*» (Атрибуты: дорожка с изображением ручек и ножек, магнитофон, ритмичная музыка.
Ход игры: Детям предлагается пройти под музыку по дорожке «рукой» или «ногой» в зависимости от того, что нарисовано на дорожке).
Упражнение: Нейротаблица на внимание»

(Описание игровых действий: В данной игре необходимо одновременно двумя руками находить одинаковые объекты слева и справа. Объекты могут быть абсолютно разные: предметы, цифры, буквы и т. п. Пары могут быть в цвете, цвет и черно-белое, цвет и тени, тени).

5. Релаксация «Цветочек»

Неделя 3

1. Дыхательное упражнение «Подуй на бабочку»

2. Глазодвигательное упражнение «Пчелка (рисуем восьмерку глазами - следим за пчелкой)»

3. Упражнение: По кочкам. (Атрибуты: разноцветные кочки, мячики, магнитофон, ритмичная музыка. Ход игры: Кочки выкладываются на полу, дети должны пройти по ним. Перепрыгивать через одну под ритмичную музыку (на одной ноге, на двух в прыжке, поднять правую руку- левую, две одновременно).

Нейроупражнение «Дорожки» (Задача для ребенка провести по линии сразу двумя руками).

4. Релаксация «Цветочек»

Неделя 4

1. Дыхательное упражнение «Подуй на бабочку»

2. Глазодвигательное упражнение «Пчелка (рисуем восьмерку глазами - следим за пчелкой)»

3. Упражнение: По кочкам. (Атрибуты: разноцветные кочки, мячики, магнитофон, ритмичная музыка. Ход игры: Кочки выкладываются на полу, дети должны пройти по ним. Перепрыгивать через одну под ритмичную музыку (на одной ноге, на двух в прыжке, поднять правую руку- левую, две одновременно).

Нейроупражнение «Дорожки» (Задача для ребенка провести по линии сразу двумя руками).

4. Релаксация «Цветочек»